

On en a marre de notre boulot de prof et on aimerait devenir agente immobilière? Avant de changer de carrière, on doit se poser quelques questions et franchir diverses étapes.

PAR JULIE LEDUC



Est-ce le temps de changer de carrière?

Avocate et courtière
en assurance devenue...
photographe

Marie Guylaine Coutu, 47 ans

«J'ai pratiqué activement le droit durant une dizaine d'années, jusqu'à la naissance de mon premier enfant, en 1997. J'ai par la suite ralenti pour avoir du temps pour la famille, mais aussi en raison d'ennuis de santé. J'ai été opérée puis traitée pour un cancer de la glande thyroïde après la naissance de mon deuxième fils. Une telle épreuve nous fait prendre conscience du sens qu'on veut donner à notre vie. En 2003, j'ai perdu mon mari, emporté par un cancer. J'ai alors pris les rênes de son bureau d'assurance en devenant moi-même courtière. Quelques années plus tard, mon deuxième conjoint a lui aussi été foudroyé par un cancer. Le fait d'avoir côtoyé la mort de près m'a permis de comprendre l'importance d'être bien vivante pendant que j'étais toujours en vie. J'ai senti le besoin de me réaliser au travail selon ce que j'étais vraiment. J'avais toujours fait de la photographie avec passion, comme loisir. J'avais envie d'en faire ma carrière. J'ai appris le métier auprès d'un maître photographe, dont je suis aujourd'hui l'associée. Chacun devrait trouver un métier qui le fait vibrer. Quand, dans notre profession, on est connecté avec qui l'on est, on réussit. Je ne dis pas que c'est facile: être photographe, c'est le métier le plus difficile que j'aie jamais exercé. Mais c'est celui qui me remplit le plus de joie et dans lequel je me réalise le mieux.»

Johane Cooper a dû changer de carrière à la suite d'une séparation. Après une vingtaine d'années sur une ferme laitière, elle est retournée sur les bancs d'école au début de la quarantaine pour trouver un emploi. «Ç'a été un coup dur, qui m'a cependant forcée à revoir mon cheminement professionnel, confie-t-elle. À la fin du secondaire, je voulais m'inscrire en techniques policières, mais mon ex-conjoint m'a convaincue de reprendre avec lui la ferme de ses parents. Après ma séparation, j'ai dû effectuer une démarche d'orientation, qui m'a guidée vers le métier d'agent de sûreté aéroportuaire, une sorte de police des aéroports.» Aujourd'hui, quand Johane enfle son uniforme pour veiller à l'application des règlements à l'aéroport Montréal-Trudeau, elle a l'impression de réaliser son rêve d'adolescente.

Plusieurs événements peuvent modifier notre parcours professionnel: un divorce, une mise à pied, un burnout, etc. Mais quand on choisit de rebondir en effectuant un changement de carrière, c'est souvent parce qu'on a pris conscience que notre travail ne correspondait pas à nos intérêts, à nos compétences ou à nos valeurs, observe Nathalie Martin, conseillère d'orientation et présidente d'Enjeux Carrière. «Les personnes qui changent de carrière éprouvent un grand besoin de choisir un métier qui correspond à ce qu'elles sont, dit-elle. Plusieurs ont pris une mauvaise orientation: elles ont choisi un emploi pour le salaire, pour plaire à leurs parents ou pour le statut social qui s'y rattache.»

1^{re} étape: changer de carrière, oui ou non?

«À la longue, on s'épuise dans un emploi qui ne nous convient pas, prévient Martine Lemonde, conseillère d'orientation et directrice des services professionnels chez Brisson Legris Révélateurs de potentiels. Il est donc important d'agir si on vit des insatisfactions au travail. Par contre, il faut bien identifier la cause de notre malaise. Beaucoup de gens consultent pour un changement de carrière, mais très peu effectuent le virage. La majorité fait des modifications à l'intérieur de sa profession pour améliorer les choses: changer d'emploi, modifier son horaire ou accepter de nouvelles responsabilités.»

Pour vérifier si un changement de carrière s'impose, on cherche à voir si nos insatisfactions tiennent à la nature de nos tâches ou au rôle qu'on joue au quotidien. «Par exemple, on peut se demander si nos tâches correspondent à ce qu'on aime faire et à ce dans quoi on se sent compétente», indique Nathalie Martin.

De plus, comme on évolue au fil du temps, il arrive que les valeurs véhiculées par les membres de notre profession ne correspondent plus aux nôtres et qu'on ne se sente plus à notre place. Dans ce cas, il peut être nécessaire de réorienter notre carrière.

D'autre part, quand nos mécontentements concernent davantage notre contexte de travail, un changement d'emploi ou des modifications à l'intérieur de notre milieu professionnel améliorent souvent les choses. Par exemple, on ne change pas de carrière parce que nos collègues nous agacent, que notre horaire est devenu trop chargé ou qu'on n'arrive plus à répondre aux exigences d'un patron. Dans ce cas, on discute avec notre employeur pour trouver des solutions. On peut aussi se renseigner auprès d'autres entreprises dans notre domaine pour voir si on ne serait pas plus heureuse au sein d'une autre organisation. ●

Microbiologiste devenue... propriétaire de Quintessence du Gourmet, une épicerie fine de Valleyfield

Sonia Duquette, 36 ans

«Comme j'avais de bons résultats scolaires, j'ai étudié en sciences. J'ai commencé ma carrière comme spécialiste en validation de procédés pour un fabricant de produits de santé. Après cinq ans, comme je me sentais plafonner, j'ai consulté une psychologue industrielle pour me réorienter. Selon mon profil, j'avais davantage d'aptitudes et d'intérêt pour l'administration et la vente. J'ai fait un MBA à temps partiel et je suis devenue représentante pharmaceutique. Cinq ans plus tard, je n'étais pas plus heureuse; j'ai fait un burnout. Durant ma convalescence, ma psychothérapeute, sachant que j'adorais la gastronomie et que je rêvais d'avoir mon commerce, m'a encouragée à rédiger un plan d'affaire. J'ai fait une étude de marché et cherché un local, et soudain tout s'est mis en place pour que j'ouvre mon épicerie fine avec service de traiteur. Après mon congé de maladie, j'ai continué à travailler pendant un an pour avoir un salaire pendant le démarrage de mon entreprise. Mon père pouvait être sur place à temps plein. Je travaillais toutes les fins de semaine, mais je ne me sentais pas épuisée, car j'étais motivée. J'ai un garçon de 9 ans en garde partagée. Le changement de carrière n'est pas facile à concilier avec la famille. Heureusement, mes parents m'offrent un excellent soutien; sans eux, je n'aurais jamais fait le saut. Aujourd'hui, je suis fière d'avoir créé un commerce à mon image. Je transmets mes valeurs à travers mon entreprise à moi, c'est très gratifiant!»

Toutefois, il est parfois difficile de trouver exactement quel est le problème. Consulter un professionnel peut donc être une bonne idée, indique Mathieu Guénette, conseiller d'orientation pour la firme Chercheurs de sens. «Car il faut aussi tenir compte de son état d'esprit, précise-t-il. Par exemple, une comptable en période d'impôts qui fait des déclara-

tions de revenus le jour comme la nuit peut avoir le fantasme de devenir professeur d'éducation physique pour prendre de l'air. Au fond, ce n'est pas parce qu'elle n'aime pas son métier, mais parce qu'elle a trop de travail. Parfois, deux ou trois rencontres avec un spécialiste de l'orientation peuvent nous aider à y voir plus clair.»

Qui peut nous aider?

- Les conseillers d'orientation et les consultants en transition de carrière.
- Les Carrefours jeunesse emploi, qui offrent des ressources d'orientation gratuites pour les moins de 35 ans.
- Notre centre local d'emploi (CLE), qui peut nous diriger vers des organismes communautaires en employabilité offrant des services gratuits.

2^e étape: quelles sont les possibilités?

On dresse notre bilan personnel

C'est bien un changement de carrière qu'il nous faut? On prend le temps de définir ce qu'on aimerait faire. Selon Marie Guylaine Coutu, il est primordial de bien réfléchir à ce qui nous allume vraiment. «Il faut faire une recherche intérieure pour définir qui on est et dans quelle carrière on pourrait faire vivre notre talent et notre enthousiasme.»

Josée Beaulieu, conseillère en cheminement de carrière pour Option Ressource Travail, un organisme qui aide chaque année une quarantaine de femmes à se réorienter vers des emplois non traditionnels, suggère de dresser une liste de nos intérêts et aptitudes. «On décrit ce qu'on est capable de faire et ce qu'on a envie de faire. Les tests psychométriques qui évaluent notre personnalité, nos aptitudes et nos champs d'intérêt sont aussi de bons outils.» On trouve ce genre de tests notamment sur le site de Service Canada (www.emploisetc.gc.ca, section «Nos outils», onglet «Navigation Carrière»). À partir de là, on identifie le type de métier qui nous intéresse.

On explore le milieu pour valider notre intérêt

Il faut ensuite bien se renseigner sur le métier qui nous attire. «Je suggère de parler directement avec des gens qui exercent cette profession, dit Nathalie Martin. On en interroge au moins trois ou quatre pour avoir un bon portrait. On leur demande quelles sont leurs tâches concrètes, à quoi

ressemble une journée type, quelles sont leurs conditions de travail (salaire, horaire, vacances) et les exigences du milieu.»

Martine Lemonde propose aussi de consulter le site Internet Emploi Avenir Québec (www.servicecanada.gc.ca/fra/qc/emploi_avenir/statistiques_emploi_avenir.shtml), qui dresse un portrait détaillé des conditions et des milieux de travail pour une foule de métiers. «On peut également fréquenter les foires de l'emploi et poser des questions aux recruteurs sur les conditions de travail, les formations demandées, les exigences du métier.» «Il faut aussi se renseigner sur les perspectives professionnelles dans le secteur visé, ajoute Lucie Charland, coordonnatrice d'Option Ressource Travail. C'est important de s'assurer qu'il y aura de l'emploi pour nous dans ce nouveau métier.»

On se renseigne sur les formations

On fait le tour des différents programmes d'études menant au métier de nos rêves, puis on s'informe sur la durée de la formation et les conditions d'admission. «On appelle directement dans les centres de formation, collègues ou universités, dit Martine Lemonde, et on parle avec les responsables de programme. On demande si les diplômés se placent bien, qui sont les employeurs, etc.»

On fait ensuite des choix selon notre situation. Marie Guylaine, qui s'est réorientée alors qu'elle avait deux enfants, plus de conjoint et pas d'emploi, a jugé

Esthéticienne et serveuse devenue... soudeuse

Valérie Perreault, 30 ans

«Petite, je disais que plus tard je construirais des maisons avec mon père. Ça faisait rire les gens, car j'étais toute menue. À la fin du secondaire, je ne savais pas trop quelle voie prendre. J'ai finalement complété un DEP en esthétique. J'ai œuvré dans le domaine deux ans avant de comprendre que je n'aimais pas ça au point d'en faire une carrière. Au cours des cinq années suivantes, j'ai travaillé comme serveuse. Le fait d'avoir beaucoup de clients à servir en même temps me stressait énormément. J'ai alors entrepris une démarche d'orientation avec un organisme communautaire en employabilité. Il est apparu que j'avais un intérêt pour les travaux manuels, que je ne voulais plus travailler avec le public ni dans un milieu de femmes. En cherchant un programme de formation, j'ai eu le coup de foudre pour le DEP en soudage-montage, notamment en raison du travail de minutie que cela exige. J'ai été engagée immédiatement après mes études par l'employeur qui m'avait accueillie en stage. Enfin, j'ai un horaire normal! J'effectue des tâches de précision où je suis seule dans ma bulle: pour moi, c'est le bonheur. Et j'apprécie mes collègues masculins. Avec eux, pas de commérages, et s'il y a un conflit, les choses se règlent rapidement.»

qu'il n'était pas réaliste de retourner sur les bancs d'école deux ou trois ans pour apprendre la photographie. «J'ai choisi d'apprendre le métier avec un maître photographe, en œuvrant à ses côtés comme apprenti.» Johane ne pouvait pas non plus se permettre d'étudier trois ans pour devenir policière, avec deux ados en garde partagée. «J'ai trouvé une formation de cinq mois dans le domaine qui m'attirait. J'ai complété une attestation d'études collégiales en sûreté aéroportuaire; c'était parfait pour moi!»

«La formation est l'étape la plus ardue, souligne Josée Beaulieu. On court pour

aller mener les enfants à la garderie avant de se rendre à l'école, et à la fin de la journée, ce n'est pas fini, il faut étudier. C'est épuisant physiquement et intellectuellement. Il est donc important d'être bien organisée et de persévérer. Car les efforts sont récompensés.» Marie Guylaine le confirme. «La formation est un moment difficile. Il faut accepter de faire des erreurs, il faut accepter la critique en plus d'avoir à se rebâtir une crédibilité dans un domaine, alors qu'on en a une dans une autre carrière. Ça prend beaucoup d'humilité.»

Des trucs pour planifier un retour aux études

- Déléguer certaines de nos responsabilités à nos proches (conjoint, parents, amis) afin d'avoir plus de temps.
- Prendre un congé sans solde de notre emploi actuel.
- Réduire notre temps de travail à trois jours par semaine pour pouvoir étudier à temps partiel.
- Étudier à temps plein en acceptant un petit boulot à temps partiel.
- Vérifier avec notre conseiller financier si on peut utiliser nos REER pour financer nos études, par exemple en les transférant dans un Fonds enregistré de revenu de retraite (FERR).
- Demander des prêts et bourses si on a un petit salaire ou pas de revenu.
- S'informer auprès de notre CLE. Emploi-Québec offre parfois une aide financière pour les études, surtout si on reçoit de l'assurance-emploi.

3^e étape: on cherche un emploi

«Pour trouver du travail dans un nouveau domaine, je conseille de contacter directement les entreprises pour lesquelles on veut travailler, dit M^{me} Martin. On appelle la personne responsable de l'embauche pour proposer nos services.» Une autre bonne idée: commencer à créer des contacts durant nos études. «Les enseignants sont des informateurs importants, signale Martine Lemonde. Ils connaissent plusieurs employeurs et peuvent nous

recommander.» Les stages sont d'autres moyens d'intégrer le marché du travail. «Le changement de carrière est un atout à faire valoir auprès des recruteurs, ajoute M^{me} Lemonde. Ce virage est une preuve de détermination. Il démontre qu'on est capable de faire ce qu'il faut pour arriver à nos fins. Généralement, outre notre nouveau diplôme, les employeurs apprécient notre maturité et notre expérience du monde du travail.»

Besoin de trucs de recherche d'emploi?

Pour plus de conseils sur la recherche d'emploi, on consulte le www.coupdepouce.com/304050: cet article présente notamment des astuces pour dénicher un emploi, selon notre âge •

Pour poursuivre notre réflexion

- *Changer de job*, par Hannah Besser et Gérard Rodach, Transcontinental, 2009, 140 p., 19,95 \$.
- *J'ai mal à mon travail. Jusqu'où tolérer l'insatisfaction?*, par Monique

Soucy, Les Éditions de l'Homme, 2003, 256 p., 24,95 \$.

- *Quête du bonheur professionnel*, par Geneviève Lafleur, Logiques, 2005, 170 p., 19,95 \$.